# CONSIDÉRATIONS N° 184.

SUR

# LE REGIME;

## THÈSE

*Présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 19 juillet 1819, pour obtenir le grade de Docteur en médecine,*

PAR FÉLIX-ANDRÉ HANNEQUIN, de Château-Porcien,

Département des Ardennes.

*Plus occidit gula quàm gladius.*

SALOMON.

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine, rue des Maçons-Sorbonne, n.° 13.

1819.

# FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS.

*Professeurs.*

M. LEROUX, Doyen.
M. BOURDIER.
M. BOYER.
M. CHAUSSIER, *Examinateur.*
M. CORVISART.
M. DEYEUX.
M. DUBOIS.
M. HALLÉ.
M. LALLEMENT.
M. PELLETAN.
M. PERCY.
M. PINEL.
M. RICHARD, *Examinateur.*
M. THILLAYE.
M. DES GENETTES.
M. DUMERIL.
M. DE JUSSIEU.
M. RICHERAND, *Examinateur.*
M. VAUQUELIN.
M. DESORMEAUX, *Président.*
M. DUPUYTREN.
M. MOREAU.
M. ROYER-COLLARD.
M. BÉCLARD, *Examinateur.*
M. MARJOLIN.
M. ORFILA, *Examinateur.*

---

Par délibération du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui sont présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs; qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

OPTIMIS PARENTIBUS,

NECNON

AVUNCULO DILECTISSIMO HANNEQUIN,

DEVOTISSIMUS

F. A. HANNEQUIN.

OPTIMIS PARENTIBUS,

AVUNCULO DILECTISSIMO RANNQUIN,

DEVOTISSIMUS

T. A. RANNQUIN

# CONSIDÉRATIONS

SUR

# LE REGIME.

On devrait généralement entendre sous le nom de *régime* ou de *diète* l'emploi méthodique et raisonné des choses essentielles à la vie. Le premier de ces mots, tiré du verbe latin *regere*, le second emprunté de διαιταω, *je fais vivre*, sont de véritables synonymes de règles d'hygiène. Mais on prend ordinairement dans une acception plus bornée le mot de *régime* en l'appliquant à cette partie de l'hygiène qui s'occupe de la nourriture de l'homme sain ou malade.

Si l'on parcourt les fastes de la médecine privée et politique, on verra que les philosophes, les législateurs et les médecins, depuis l'antiquité jusqu'à nos jours, ont appelé l'attention des hommes sur l'heureuse influence du régime, et en ont fait ressortir avec éclat les avantages réels, tantôt pour la curation des maladies, tantôt pour la conservation de la santé. Examinons un instant l'homme dans ses rapports sociaux; et en même temps que nous apprécierons avec tous les vrais médecins l'importance du régime, nous aurons à regretter de voir, dans tous les temps, la multitude placer la force et la santé dans les alimens, et la médecine tout entière dans les médicamens.

Entouré de tous côtés d'agens modificateurs de son économie, au

milieu d'excitans naturels sans lesquels il ne peut vivre, pour parler le langage de *Brown;* portant au-dedans de lui-même des causes d'excitation non moins puissantes, des désirs insatiables, des passions sans cesse renaissantes, l'homme ne peut toujours sortir victorieux des nombreux assauts qu'il se livre à lui-même, et nous présenter longtemps une harmonie parfaite entre les fonctions diverses dont l'ensemble constitue la vie. Bientôt sa santé s'altère, ou, pour m'exprimer, selon les idées physiologiques de M. *Broussais,* un organe irrité double d'action, vit aux dépens du reste de l'économie, et l'équilibre est rompu. Que dans cet état l'homme fournisse à ses organes autant d'élémens réparateurs que dans la santé la plus florissante, il n'aura certes pas choisi le moyen le plus sûr d'arriver à sa guérison; tous les matériaux nutritifs seront une nouvelle source où l'organe malade puisera un surcroît d'irritation, qui troublera de plus en plus les fonctions essentielles à l'existence.

Sans doute une alimentation trop abondante dans les cas de concentrations vicieuses sur un organe nuit en surchargeant l'organisme de principes nutritifs; mais il est une autre raison de ses mauvais effets, raison plus physiologique et plus riche en conséquences, que je trouve dans la manière dont l'estomac influence l'économie et en est influencé, en un mot, dans les sympathies réciproques de cet organe avec les autres appareils. L'estomac, ou, pour mieux dire, le système digestif, forme avec celui de la circulation les deux grands systèmes d'organes qui constituent le plus essentiellement la vie que *Bichat* appelle *organique,* vie dont les fonctions involontaires sont sous la dépendance immédiate du nerf trisplanchnique selon les uns, de la moelle rachidienne selon les autres, et qui se lie, je pense, au centre de la vie de relation d'une manière particulière par le nerf pneumo-gastrique. On pourroit considérer ce double appareil comme constituant l'homme viscère, le centre de la vie, auxquels viennent se rattacher comme appendices et d'une manière plus ou moins intime les différens organes qui composent la vie de relation. On ne doit donc nullement s'étonner, mais admirer comment les dé-

rangemens survenus dans un point de cette importante association des organes gastriques et circulatoires influencent tout le reste du système animal, et viennent se peindre aux yeux de l'observateur; et comment, par une réciprocité moins heureuse, mais nécessaire, les lésions diverses du squelette vont retentir sur l'appareil gastrique et circulatoire. Ce seroit ici le lieu de sonder les profondeurs de la physiologie relativement aux fonctions du système nerveux cérébral et ganglionaire, et à leur connexion d'autant plus intime, qu'on s'éloigne plus de la naissance; mais l'incapacité de mes moyens me fait une loi de ne pas aborder une question aussi ardue; et sans quitter le fil de l'observation, je me bornerai à exposer en peu de mots l'influence sympathique de l'estomac sur les autres organes, en santé comme en maladie, puis celle qu'il en reçoit à son tour dans l'une et l'autre de ces conditions vitales.

L'estomac, dans l'état de santé, exerce ses principales sympathies sur le système musculaire, le cœur et le cerveau. Sans nous arrêter aux violentes réactions que développe l'estomac dans la faim, jetons les yeux sur les effets d'une abondante ingestion de vin et d'alimens. Nous les voyons tantôt paralyser l'action musculaire et celle du cerveau; tantôt accélérer la circulation, faire naître des passions gaies; d'autres fois enfin amener le délire, et nous montrer dans un rhythme physiologique les mêmes phénomènes que nous présentent la phrénésie ou l'ataxie.

Si nous passons aux sympathies morbides, résultant de l'irritation du centre gastrique, nous voyons une indigestion amener souvent des accidens très-graves, comme l'incube, la léthargie, le carus. L'apoplexie, l'épilepsie reconnaissent quelquefois pour cause une irritation de l'estomac, de même que les vertiges, les céphalalgies, la migraine, certaines toux nerveuses. Combien d'ophthalmies aiguës et chroniques, d'angines, d'érysipèles ne dépendent pas d'une excitation gastrique! Il faut presque toujours rechercher la cause des aphthes, de la chlorose et de la leucorrhée dans l'estomac. L'observation prouve aujourd'hui qu'on doit y placer aussi celle des éruptions cutanées

fébriles. la variole, la rougeole, la scarlatine. On a vu des odontalgies, le ptyalisme, la surdité, le catarrhe auriculaire se montrer sympathiques d'une irritation de la membrane muqueuse gastrique. Il n'est pas rare de voir les éruptions chroniques de la peau, comme le pemphigus, les dartres, l'urticaire, etc., disparaître par un traitement adoucissant et décéler leur véritable cause. Enfin combien de phénomènes symptomatiques ne développe pas une gastrite chronique! Les hypochondries, les mélancolies, plusieurs hystéries, beaucoup de névroses des sens, de congestions cérébrales, viennent se rallier à l'irritation morbide d'un organe qui, par l'importance de ses fonctions, devait jouer un rôle aussi étendu, d'un organe chargé de préparer des matériaux pour tous les tissus vivans, et avec lequel chacun de ces tissus devait être en rapport pour l'avertir de ses besoins et nous faire éprouver le sentiment de la faim.

Passons à l'influence exercée sur l'estomac par les autres organes. Sans sortir du rhythme physiologique, nous voyons souvent une forte contention d'esprit ôter tout appétit, une impression désagréable amener une indigestion, les passions violentes faire éprouver une sensation pénible dans le centre gastrique.

Nous arrivons à la question la plus importante pour la pathologie, et surtout la thérapeutique, celle de déterminer l'influence que reçoit l'estomac des organes dans leurs différentes affections morbides. Cette question, qui pendant des siècles fut si peu mûrement examinée, se trouve aujourd'hui mise hors de doute par la physiologie et l'observation. S'il est en effet vrai, comme personne n'en doute, que l'estomac irrité modifie les divers organes de l'économie, pourquoi ces divers organes irrités ne le modifieroient-ils pas à leur tour? Cette réciprocité est nécessaire, et la tendance qu'ont les organes à souffrir simultanément, surtout s'ils ont une similitude d'organisation, a été entrevue depuis long-temps par quelques auteurs, et par *Hippocrate* même : « *Confluxio una*, dit-il, *conspiratio una, consentientia omnia.* » Si d'un autre côté nous consultons l'observation, elle nous montre pendant la vie les irritations diverses rougissant la membrane mu-

queuse de l'estomac, et nous l'annonçant sympathiquement par la rougeur de la langue, la chaleur de la peau, la sécheresse de la bouche et le défaut d'appétit; elle nous découvre après la mort les traces du désordre dont elle nous a fait soupçonner l'existence pendant la vie.

Si à cette source féconde d'irritations gastriques nous ajoutons celle des modificateurs hygiéniques agissant médiatement ou immédiatement sur le centre gastrique, nous aurons la mesure de l'importance qu'ont de tous temps attribuée les médecins au régime, et des avantages inappréciables qu'ils en ont obtenus, soit que l'irritation ait commencé à l'intérieur pour irradier ensuite sur l'économie, soit qu'elle se soit développée primitivement au-dehors pour pénétrer à l'intérieur.

Le médecin qui étudie l'homme doit toujours le voir en rapport avec les agens modificateurs de son économie, et porter sur eux une attention spéciale. Je ne crois donc mieux aborder mon sujet qu'en rappelant ici quelques considérations sur les alimens.

## *Des alimens.*

On entend par *alimens*, dit M. le professeur *Hallé*, les substances qui, introduites dans notre corps, servent à le nourrir, c'est-à-dire, fournissent la matière qui, portée par nos fluides, et pénétrant par leur moyen dans tous nos organes, sert à leur développement, à leur accroissement, à leur renouvellement, en ajoutant à leur substance ou en réparant leurs pertes.

Tous les alimens se tirent du règne organique, parce que les substances animales et végétales sont seules susceptibles d'être altérées par les efforts de la digestion.

Les alimens animaux ont pour base principale, 1.° la fibrine, 2.° la gélatine, 3.° l'albumine, 4.° l'osmazome, 5.° le mucus, 6.° une matière sucrée, 7.° une matière grasse. Les alimens végétaux renferment 1.° le gluten, 2.° la gélatine, la fécule et la gomme, 3.° le mucilage,

4.° une matière coagulable, 5.° une matière extractive, 6.° une matière sucrée, 7.° une matière grasse. On voit combien les élémens de l'un et l'autre règne ont de rapport ensemble.

La matière nutritive est-elle uniforme, toujours la même, selon l'opinion d'*Hippocrate*, et d'après lui *Stahl, Juncker, Lorry?* M. *Hallé* et les physiologistes modernes sont convaincus qu'elle varie en raison des alimens, puisque nous retrouvons dans les matériaux immédiats de notre économie les élémens des substances qui servent à nous nourrir.

Il se présente une autre question plus importante pour les conséquences auxquelles elle donne lieu. Chacun des élémens nutritifs qui composent les substances animales et végétales a-t-il la propriété de nourrir seul? M. *Hallé* le pense, en s'appuyant sur la force organique de combinaison du système nutritif, assez puissante pour réagir sur les élémens des corps, et en former diverses combinaisons analogues aux matières qui composent toutes les parties de notre corps. Plusieurs faits viennent à l'appui de cette opinion, et les caravanes, qui ne se nourrissent que de gomme, et les ouvriers qui, dans les colonies, font leur nourriture presque exclusive du sucre, à l'époque de la récolte de la canne. Les expériences de M. *Magendie* sembleraient détruire cette assertion; mais on n'en peut tirer qu'une conséquence; c'est qu'on ne pourrait long-temps se nourrir d'une seule substance alibile, et qu'il est infiniment préférable que nos alimens soient des mélanges de plusieurs matières nutritives différentes.

Sans parler des anciennes divisions d'alimens, je passe de suite à la division que j'embrasse, et qui est celle du savant professeur *Hallé*. Je me permettrai seulement d'y faire une légère modification, en divisant chacune de ses sections en deux chefs, à chacun desquels viendront se rattacher les alimens non-stimulans et les alimens stimulans. Il est en effet de la plus haute importance pour la thérapeutique de bien distinguer dans l'aliment ce qui nourrit de ce

qui ne fait qu'exciter ; car, parce qu'un aliment est tonique, il n'en introduit pas plus d'élémens réparateurs dans notre économie.

Hâtons-nous de tracer la division des alimens de M. le professeur *Hallé*, basée sur les principes immédiats des substances organiques.

*Alimens non stimulans.*

I.re SECTION. *Alimens qui contiennent la fécule.* — 1.° *La fécule à l'état de pureté.* La fécule qu'on rencontre exclusivement dans les végétaux se retire surtout des graines céréales. Celles qui la contiennent la plus exempte de matières étrangères sont, l'orge et le riz; après eux, viennent le maïs et le millet. Toutes les graines où la fécule est pure ne sont pas propres à faire du pain.

2.° *Alimens où la fécule est unie à une substance sucrée.* Les céréales nous fournissent l'avoine ; les polygonées, le sarrasin ; les légumineuses, les haricots, les pois, les fèves : les autres substances de cette nature sont la châtaigne et la patate d'Amérique ; elles n'ont pas la propriété de fermenter.

3.° *Alimens qui contiennent une huile grasse et un mucilage doux sans principe aromatique.* On range ici toutes les semences émulsives douces. Les semences des cucurbitacées, qui appartiennent à cette classe, ont la propriété bien avérée de refroidir le système digestif.

4.° *Alimens qui contiennent la fécule unie à un mucilage visqueux.* La fève de marais, le seigle, la pomme de terre, sont de ce nombre. Elles ont la propriété de lever et de donner une espèce de pain.

5.° *Alimens qui contiennent la fécule unie au gluten.* Le froment est la seule graine céréale qui renferme du gluten. Aussi est-il seul capable de passer convenablement à la fermentation panaire.

II.^e SECTION. *Alimens qui contiennent pour base la fibrine unie à la gélatine sans osmazome.* La gélatine se présente à différens états dans son union avec la fibrine. Dans l'animal qui vient de naître, elle est sous la forme d'un suc gluant, visqueux. A mesure que l'animal prend de l'accroissement, elle augmente de consistance, jusqu'à ce qu'elle perde toute sa viscosité, qu'elle s'établisse dans une égale proportion avec la fibrine, et finisse par lui être inférieure.

1.° *Alimens qui contiennent la gélatine en excès.* Tels sont tous les animaux très-jeunes, comme le cochon de lait. On pourrait y rapporter la peau de certains poissons sans écailles, la morue par exemple.

2.° *Alimens qui contiennent la gélatine dans une proportion égale à la fibrine.* Parmi les quadrupèdes, nous nommerons le veau, le chevreau, l'agneau; la grenouille, parmi les amphibies.

3.° *Alimens qui contiennent la fibrine en excès par rapport à la gélatine.* On peut réunir ici les jeunes volailles de basse-cour, les jeunes gibiers, les lapins, les perdreaux. On y rapporte quelques poissons de mer, les merlans, les limandes, les soles, plusieurs poissons de rivière, la perche, la carpe. La chair en est très-salubre et très-agréable.

4.° *Alimens qui contiennent la fibrine serrée, compacte.* Il faut grouper ici les animaux qui ne sont plus très-jeunes, soit parmi le gibier, soit parmi les oiseaux de basse-cour, enfin parmi les poissons, le maquereau, la morue, la raie, l'esturgeon, le thon. La chair en est pesante,

5.° *Alimens qui contiennent la fibrine pénétrée de graisse.* C'est ici qu'on doit placer les grandes volailles, comme les chapons, les poulardes, les poules d'Inde; et parmi les poissons, l'anguille, les carpes grasses, l'alose, le saumon. Elles sont d'une digestion assez difficile.

III.e SECTION. *Alimens qui contiennent pour base l'albumine, ou la matière caseuse non alcalisée.* On ne peut nommer parmi les alimens albumineux de nature animale que les huîtres et les moules. Un aliment albumineux plus utile, c'est l'œuf, qui, lorsqu'il est frais, se digère bien et nourrit beaucoup. Les substances qui contiennent la matière caseuse sont le lait et le fromage. Le lait est une liqueur extrêmement nutritive, et d'autant plus, qu'il contient plus de caséum; aussi le lait de vache et celui de chèvre sont-ils très-nourrissans. Le lait d'ânesse, au contraire, privé en partie de matière caseuse et surchargé de sucre de lait, contient moins de principe alibile et se digère mieux. Le lait est souvent difficilement digéré, surtout par un estomac surirrité. Le meilleur moyen alors de le donner sans inconvénient c'est de le couper avec deux tiers d'eau et d'y ajouter du sucre. Le lait cuit avec une farine forme un aliment excellent et nullement pesant, comme on s'est plu à le croire, et qui convient parfaitement dans le commencement des convalescences.

Le fromage, surtout s'il est préparé spontanément, est une substance alimentaire très-légère, très-rafraîchissante, à raison de sa qualité acidule. On peut l'assaisonner avec du sucre ou du sel.

IV.e SECTION. *Alimens sucrés.* Le sucre qu'on rencontre dans plusieurs végétaux, comme l'érable, certains frênes, la carotte, le navet, le panais, la betterave, la corolle des fleurs, se retire spécialement, pour les besoins du commerce, de l'*arundo saccharum officinale.* Le sucre est un aliment très-nourrissant; il est fort bien digéré sans activer la circulation. C'est l'aliment des enfans, des vieillards, des convalescens, des personnes faibles.

V.e SECTION. *Alimens qui contiennent pour base le mucilage, la gomme, la gélatine végétale ou animale. — Alimens mucilagineux.* Ici viennent se ranger parmi les malvacées le salsifi, la scorsonnère; parmi les arroches, l'arroche, la blette, la bette, l'épinard;

parmi les chicoracées, qu'on adoucit par l'étiolement, la laitue, l'endive, la scarole et la chicorée; enfin, parmi les valérianées, la mâche. L'asperge et l'artichaut trouvent ici leur place. Le mucilage uni à un acide nous fournit une plante dont on fait un grand usage, c'est l'oseille. Tous ces alimens sont calmans, et d'une digestion facile.

*Alimens gommeux.* La gomme nous offre beaucoup de principes alibiles de nature très-adoucissante, dont on peut se servir avec le plus grand avantage dans le cours des phlegmasies aiguës ou chroniques.

*Alimens gélatineux.* Nous trouvons ici les gelées végétales, qu'on obtient toujours unies à un acide ou à une matière sucrée. Quant aux gelées animales qu'on prépare avec la corne de cerf, les os, les parties articulaires, l'estomac de l'esturgeon, la chair des jeunes volailles, les pieds de veau, elles constituent une substance alimentaire très-douce et très-nutritive.

VI.e SECTION. *Alimens qui contiennent la gélatine, le mucilage végétal unis à divers acides, et une matière sucrée.* Nous avons à placer dans cette division les fruits acerbes, auxquels on fait subir la cuisson ou une altération spontanée, comme les poires à cuire, les nèfles, les coins, les cormes, les grenades, les différentes espèces de fruits sucrés et acides; les cerises, les prunes, les abricots, les pêches, les citrons, les oranges, les limons, les poires, les pommes, les groseilles, le raisin, les fraises, les mûres, les framboises, les fruits du palmier, les ananas, les bananes, la tomate, la pomme-d'amour. Nous y joindrons aussi le fruit des cucurbitacées, le concombre, le potiron, le melon : tous ces fruits unissent à une qualité nutritive, faible dans plusieurs, une propriété rafraîchissante bien marquée, une certaine spécificité pour modérer le mouvement du système sanguin.

VII.e SECTION. *Alimens qui contiennent pour base une matière grasse.* Parmi les végétaux, nous compterons les huiles tirées des amandes douces, des olives, des noix, des noisettes, de pavot, de ben ou *guilandina moringa*, de faîne, des fruits de l'*arachis hypogea*; l'huile de coco, celle de cacao, qui entre dans la crème pectorale de *Tronchin*, et fait partie du chocolat, qui doit être regardé comme un aliment tonique, lors même qu'il ne contient pas de vanille. Les autres huiles végétales sont âcres et irritantes. Parmi les huiles grasses animales se présentent la graisse proprement dite, et le beurre. Tous ces alimens gras donnent beaucoup d'élémens alibiles. Leur usage ralentit la circulation, rend l'absorption languissante. *Celse* les conseille pour redonner de l'embonpoint, et les Egyptiennes, dit-on, prennent beaucoup d'huile de sésame pour se donner une complexion grasse.

*Alimens stimulans.*

I.re SECTION. 1.° *Alimens qui contiennent la fécule unie à des parties extractives et colorantes.* Le nombre se réduit aux lentilles, aux gesses, aux haricots rouges.

2.° *Alimens qui contiennent la fécule unie à une huile grasse et à un mucilage combiné avec un principe odorant.* Tels sont les amandes amères, celles de pêches, d'abricots.

II.e SECTION. *Alimens qui renferment la fibrine unie à l'osmazome.* Dans une première division, nous placerons le bœuf et le mouton, parmi les quadrupèdes; parmi les oiseaux, le pigeon, la perdrix, le faisan, le canard et l'oie. Dans la seconde division se rangent les animaux dont la chair est d'une couleur très-foncée, le daim, le chevreuil, le sanglier, entre les grands quadrupèdes sauvages; le lièvre parmi les petits. Les oiseaux nous offrent la caille, la bécasse, la bécassine, les grives, les becfigues, les ortolans, la mauviette; et

dans le genre des aquatiques, la macreuse. Il est un aliment très-stimulant, très-nutritif, formé avec le sang du porc, c'est le boudin; il a l'inconvénient de produire quelquefois le fer chaud.

III.e SECTION. *Alimens qui contiennent la matière caseuse alcalisée.* Nous avons à placer ici les différentes espèces de fromages qui ont subi une altération spontanée. C'est un aliment âcre, échauffant.

IV.e SECTION. *Alimens qui contiennent pour base le mucilage, la gomme, la gélatine, unies à un principe aromatique amer, âcre ou volatil, et une matière colorante.* Parmi les substances aromatiques, sont, la carotte, le panais, le céleri, le cerfeuil, le persil, le laurier, l'estragon, l'anis, l'angélique, les écorces de citron ou d'orange; enfin, les champignons, les truffes. Les substances amères nous fournissent l'endive, la scarole, la chicorée. Nous trouvons parmi les substances contenant un principe âcre volatil, les crucifères, tels que le raifort, le cresson, la rave, le navet, le chou, la moutarde; la capucine; les alliacées, tels que l'ail, l'ognon, les poireaux, la ciboule, l'échalotte.

Nous ne dirons rien des graisses stimulantes; elles le deviennent toutes lorsqu'elles rancissent.

## *Des boissons.*

Les boissons sont des liquides que nous introduisons dans les voies digestives, tantôt pour étancher la soif, favoriser la digestion; tantôt à titre d'alimens, d'excitans des forces vitales, ou enfin comme médicamens. Sous ces différens rapports, elles ont une utilité que nous allons tâcher d'apprécier.

On emploie les boissons destinées à étancher la soif dans deux états bien différens, ou à une température infiniment inférieure à celle du corps, ou à une température qui lui est supérieure. On sait qu'à Rome, du temps des empereurs, c'était un usage regardé comme

une sensualité, de servir dans les repas de l'eau très-chaude. Dans ces différens degrés de température, les boisons rafraîchissent en humectant la membrane muqueuse gastrique rouge, desséchée, et en fournissant de nouveaux matériaux à l'absorption. Il est des substances qui apaisent la soif d'une autre manière, comme l'eau-de-vie, les pastilles de menthe, le cachou, la pyrèthre, etc. ; leur mode d'action paraît tenir surtout à la salivation, qu'elles provoquent.

Les boissons prises pour favoriser la digestion présentent des avantages bien réels pour pénétrer, diviser les alimens, et calmer la chaleur qu'amène cette fonction.

Les boissons données comme alimens offrent dans une foule de cas d'heureuses applications. Elles ont l'avantage d'épargner les efforts de la mastication, l'action des organes salivaires, ceux même des viscères digestifs. Elles fournissent une nourriture prompte et facile; car, comme l'a dit Hippocrate, « *Facilius est repleri potu quàm cibo.* »

Les boissons, à titre d'excitans, sont un moyen hygiénique qui demande le plus de circonspection dans son usage, qui est toujours près de l'abus. Quant aux boissons médicamenteuses, il n'entre pas dans mon sujet d'en parler.

### *Boissons tempérantes.*

*De l'eau.* L'eau nous offre, dans l'état de santé, un moyen facile d'apaiser la soif, et dans la maladie, de calmer l'ardeur d'une fièvre dévorante. Combien d'affections pathologiques conduiraient les hommes à une mort prématurée, s'ils n'avaient dans l'eau le plus puissant ennemi de la douleur et le plus terrible adversaire des irritations destructrices de nos organes ! Que les Gil Blas se rient avec malignité d'entendre les déclamations d'un nouveau Sangrado, peu m'importe; ils ne me comprennent pas; ce n'est pas pour eux que je parle. L'eau, je le sais, n'a pas souvent réveillé la lyre des poëtes. Aucun Anacréon ne l'a célébrée dans ses chants; et cependant avec quel

enthousiasme vous la chanteriez, si vous étiez moins ingrats, vous tous qui lui devez la vie, sages qui par son secours avez coulé dans une santé constante et le calme des passions de longs et d'heureux jours! Qu'on ne lui reproche pas de jeter dans l'anéantissement les forces de la vie, en relâchant, en amollissant les tissus. Sans rappeler à ses détracteurs la vigueur des animaux, la force des habitans des déserts, les formes robustes et athlétiques des Turcs, auxquels la loi du coran a défendu l'usage du vin, je les renverrai à la physiologie, et je leur demanderai quel besoin ont de stimulans de toute nature les viscères les plus vivans de l'économie dans les âges les plus riches en fluide sanguin, en contractilité organique, en sensibilité nerveuse, l'enfance, l'adolescence et l'âge viril. Le grand *Hippocrate* connaissait bien ses heureux effets en la prodiguant sous toutes les formes à ses malades, et l'importance qu'il lui accorde dans son admirable traité des airs, des eaux et des lieux, nous prouve que l'eau faisait de son temps la boisson la plus ordinaire. Et en effet, une eau pure, chargée d'oxygène, n'est-elle pas un excitant assez énergique pour beaucoup d'estomacs? Qu'on ne croie pas que l'eau se borne à délayer seulement les alimens; elle fournit encore son contingent de principes nutritifs; car, comme dit M. *Hallé*, si elle nourrit les végétaux, pourquoi ne nourrirait-elle pas les animaux? L'union de l'eau à une matière gommeuse, mucilagineuse, sucrée, acide, rend l'eau plus agréable au goût, plus nourrissante, sans changer ses qualités tempérantes.

*Du lait.* Le lait est trop nourrissant pour servir ordinairement de boisson : mais il fournit le lait de beurre et le petit-lait; mêlé à l'eau, il donne encore l'hydrogale. Toutes ces préparations lactées sont douces et rafraîchissantes.

*Boissons stimulantes.*

*Des liqueurs fermentées. — Du vin.* Qu'on ne croie pas que je veuille proscrire à jamais une liqueur si justement célébrée, que le pauvre ne sacrifierait peut-être pas à des trésors, ni l'homme souffrant à ses douleurs. Je sais les grands avantages qu'on en peut tirer, et je n'ai d'autre but que d'appeler l'attention du médecin sur un abus qui a fait plus de victimes peut-être que les poisons des deux mondes. N'en accusons cependant que l'homme et sa fatale avidité pour les sensations nouvelles. En vain la sage médecine de tous les temps blâma l'usage immodéré du vin. Rebelle à ses ordonnances, l'homme sacrifia toujours au vin comme au dieu de la santé. L'imagination du poëte lui prêta dans des vers élégans d'admirables vertus. La philosophie recommanda gravement de s'enivrer, et le buveur, dans son délire bachique, a fait dire à *Hippocrate* : « Il faut au moins « une fois s'enivrer tous les mois. »

On s'accoutume au vin comme à toute autre chose, a dit un écrivain : on parvient à savoir boire comme à savoir fumer et jouer. Je répugne à admettre de pareilles assertions ; mais, en les supposant même, croit-on ne pas acheter bien cher la dégoûtante prérogative d'engloutir des flots de vin dans son estomac ? pense-t-on pouvoir ainsi monter impunément sur un ton nouveau la sensibilité gastrique ? J'en appelle à tous les buveurs de profession ; je leur demanderai si, dans leur fol espoir de ranimer avec le vin leurs forces affaiblies, leurs illusions n'ont pas été souvent déçues. Je demanderai à tous ces goutteux, ces névropathiques de toute espèce, si le vin les a jamais ramenés à la santé. Je demanderai à la médecine combien de fois elle n'a pas eu à combattre les funestes effets du vin dans ces phlegmasies rapidement mortelles, et ces dégénérations organiques fatales au tiers des humains. Tous les hommes n'en usent pas avec excès, j'en conviens, et ceux-là seuls jouissent de la santé la plus franche et la plus durable. Si l'homme sage et bien portant trouve dans l'emploi du vin la force et la vigueur, il s'en faut bien qu'il soit, comme l'a pensé *Brown* au milieu des

tavernes de l'Ecosse, le plus plus puissant agent de la médecine pratique. La débilité n'est point un être auquel il faut toujours opposer les toniques. Combattre la maladie qui la produit est l'unique moyen de redonner des forces.

Je ne dirai rien des différentes espèces de vins. On sait que les plus favorables à la digestion sont les vins rouges acidules suffisamment chargés d'alcohol, ceux de Bordeaux, de Bourgogne et de Champagne, et peut-être les vins du Rhin, lorsqu'ils ont vieilli. Les vins surchargés d'alcohol, comme ceux du Languedoc, du Roussillon, de Portugal, d'Espagne, échauffent promptement; ils doivent être pris très-sobrement. L'usage des vins de Brie, des environs de Paris, quoique acidules, n'est pas moins dangereux que celui des vins fortement alcoholisés.

*De la bière, du cidre.* Ces liqueurs fermentées, moins alcoholiques que le vin, sont par là moins redoutables. Une bière légère est une boisson fort agréable, nourrissante, et peu tonique. *Sydenham*, goutteux, calculeux, s'en trouvait très-bien, et la recommande. Le cidre est aussi une boisson peu dangereuse lorsqu'on la prend modérément; mais tous les estomacs ne s'en accommodent pas. Pour le poiré, son usage est souvent à redouter.

*Des liqueurs alcoholiques.* Ce que j'ai dit du vin fait assez connaître mon opinion à leur égard. Je cherche en vain quel bien elles procurent, et partout je ne vois dans leurs effets que des maladies, dans leurs partisans que des victimes. Il semble en vérité que tous ceux qui en ont fait l'éloge aient méconnu les lois de la vie. Ils ont oublié qu'avant d'aller exciter tous les tissus de notre économie, elles étaient déposées sur le viscère le plus vivant de l'organisme. Ils l'ont vu torturé de mille manières; ils ont entendu ses cris de douleurs, et l'ont impitoyablement forcé à se taire et à se désorganiser en silence. Qu'on ne croie pas prouver la nécessité des liqueurs fermentées en rappelant que chaque peuple a la sienne, les Sibériens et les Russes leur *quass* et leur *braga*, les Tartares leur *kumiss*, l'Amé-

ricain son *checa*, le Chinois son *facki*, les Indiens leur *rack* et leur *rhum*, leur *tabaxir*, les Arabes leur *arack*, les Allemands leur *kirchenwasser*; je ne vois, dans ces produits d'un art malheureusement fécond que de nouveaux fléaux, de nouveaux poisons ajoutés à tous ceux dont la nature a pris plaisir à nous environner. Ah! combien, et je parle ici d'après la physiologie et l'observation, oui, combien l'homme s'éviterait de maux ! combien il augmenterait la somme de ses jours s'il pouvait renoncer à toutes ces liqueurs que son industrieuse dépravation a placées au rang de ses besoins !

Il est un autre genre de boissons : ce sont les infusions ou décoctions aromatiques. Trop répandues aussi, mais infiniment moins dangereuses que les liqueurs alcoholiques, elles ont plus d'une fois hâté la fin de celui qui y cherchait la santé. Leur usage demande de la circonspection. Retranchez-les à tous ces estomacs qui ne digèrent pas; substituez-leur des boissons tempérantes, la digestion s'opérera merveilleusement. Il en est d'elles comme des liqueurs fermentées; la santé les comporte, la maladie les repousse le plus souvent avec horreur.

## *Du Régime en général.*

J'ai, dans la première partie de cet essai, cherché à établir la part que les organes digestifs prenaient au dérangement de l'organisme, pour en déduire avec plus d'exactitude les règles diététiques. J'ai considéré ensuite les alimens d'après leurs propriétés chimiques et leur mode d'action sur l'économie. Il me reste à faire l'application des substances alimentaires aux différens états morbides qui réclament le secours de la médecine, pour jeter ensuite un coup-d'œil rapide sur le régime de l'homme en santé.

Le régime dans les maladies a de tout temps attiré l'attention des médecins. *Hippocrate*, plus que tout autre observateur, en a senti l'importance, et nous en a tracé les règles éternelles, en nous transmettant les résultats d'une expérience qui a traversé les siècles tout éclatante de vérité. *Asclépiade*, *Thémison*, *Celse*, après *Hippocrate*,

n'attachèrent pas moins d'importance au régime. *Neque ulla res*, dit Celse, *magis adjuvat laborantem quàm tempestiva abstinentia.* Galien, presque toujours commentateur du vieillard de Cos, nous a retracé ses sages préceptes dans son livre sur la conservation de la santé. Nous retrouvons sur les traces de ces hommes célèbres, parmi les Arabes, *Rhazès, Hali-Abbas, Avicenne.* Passons une longue suite de siècles, et arrivons à *Rivière*, à *Sydenham.* Nous verrons celui-ci, secouant le joug de la médecine incendiaire de son temps, arracher à la mort des milliers d'individus par un régime tempérant. *Certissimè*, dit-il, *voto frustrabitur is qui omnem curationem medicamentis solis absolvi posse autumnat.* Bientôt *Baglivi* paraît, et nous rappelle partout, dans son immortel ouvrage, aux avantages d'une médecine antiphlogistique, lorsqu'il s'écrie: *Eruenda vulgarium medicorum consuetudo, qui aliâ ratione curare morbos nesciunt quàm satiando stomachum conservis et mille nugivendulis pulveribus. Quàm paucis remediis curantur morbi ! Quàm plures tollit remediorum farrago !*

Je ne dois pas non plus passer sous silence les services rendus à la médecine diététique par *Stahl*, *Tissot*, *Hoffmann*, *Lorry*, *Boerrhaave*, son disciple chéri *Van-Swiéten*, les médecins physiologistes de nos jours, surtout MM. *Chaussier* et *Broussais*, auxquels il me soit permis d'offrir, avec tous les autres, l'hommage de ma reconnaissance pour les importantes découvertes dont ils ont enrichi et promettent d'enrichir la science de l'homme. C'est dans les écrits de ces médecins qu'il faut aller chercher les développemens à la sage médecine d'*Hippocrate*, qui sera celle de tous les hommes, de tous les temps et de tous les lieux; qui sans doute a ses erreurs, mais dont l'affranchit et l'affranchira le génie de l'observateur et du physiologiste.

*Du régime préservateur des maladies.* L'intempérance est la source de nos maux, a dit le moraliste avec le médecin; et cette sentence, applaudie par tous les siècles, a retenti jusqu'à nous, sans qu'on en ait exactement analysé les raisons, en interrogeant les organes souf-

frans et les froides dépouilles de la vie. Combien de fois n'aurait-on pas vu le désordre dans les viscères de la digestion que nous savons si bien tourmenter de mille manières ! Le cœur se contracte sous l'influence toujours la même du sang, son excitant naturel. Les poumons, du moment où la vie commence jusqu'à l'instant où elle cesse, n'admettent que l'air dans leurs vésicules. L'estomac seul vit et s'agite sous l'empire d'agens tour à tour débilitans, stimulans ou délétères. Pense-t-on qu'il reste impassible dans ces réactions ? Non ; il souffre ; et sa souffrance, dit *Antoine Petit*, dans son éloquent discours sur la douleur, amène la défaillance, la faiblesse, plus que la douleur ; comme si, par un symptôme plus effrayant, la nature avertissait du danger plus grand qui la menace ; il souffre, et sa souffrance développe des sympathies diverses, des maux de tête, des douleurs de membres, de la fatigue, de la soif, de l'inappétence. Ici vous reconnaissez les symptômes appelés *précurseurs* de ces affections fébriles qui moissonnent tant d'hommes à la fleur de leur âge. Arrêtez-vous, épargnez votre estomac qui vous demande le repos ; rafraîchissez-le de boissons adoucissantes : bientôt disparaîtra la faiblesse ; elle sera remplacée par l'appétit. Continuez-vous, au contraire, à surcharger l'estomac d'alimens ; cherchez-vous à remonter ses forces par des toniques, le mal empire, et la phlogose gastrique amène bientôt avec elle la fièvre et mille désordres.

Combien d'hommes s'épargneraient de *fièvres* rapidement mortelles, si, après une débauche de table, de violens accès de fureur ou d'amour, d'accablantes impressions de douleurs ou de crainte, ils observaient un régime sévère ! On verrait faire moins de ravages à ces typhus destructeurs, à ces fièvres jaunes d'Amérique, si tous ceux dont l'appétit se perd attendaient avec une boisson rafraîchissante le retour de la faim. D'où viennent tous ces *embarras gastriques*, toutes ces *fièvres traumatiques* qui enlèvent un nombre si considérable d'opérés ? Ces maladies, qui ne sont autre chose qu'une inflammation gastro-intestinale, ont leur source dans la douleur de l'opération elle-même, mais plus encore dans le défaut d'un régime

adoucissant. Je crois donc, et l'exemple de nos pères l'atteste, que la chirurgie moderne serait plus heureuse si elle assujettissait à un régime le malade qui doit subir une opération ; elle assurerait surtout ses triomphes si, après l'opération, elle préférait au vomitif et à l'écorce du Pérou la médecine antiphlogistique de *Pouteau*.

Il est une autre circonstance où la diète est nécessaire pour s'opposer à la formation de quelques concentrations morbides ; c'est celle de la suppression d'un exutoire ou d'une irritation quelconque. On conçoit, en effet, qu'en retranchant à l'économie un moyen de dépense, on ne doit pas lui fournir la même somme d'élémens réparateurs, si l'on ne veut s'exposer à voir se développer ailleurs une irritation nouvelle ; et c'est ce que l'expérience journalière apprend aux praticiens.

Il est mille affections que peut prévenir le régime, mais un régime observé constamment et long-temps ; elles rentrent dans les effets de la tempérance. Nous en dirons quelques mots ailleurs.

*Du régime curatif des maladies aiguës.* Les auteurs se sont toujours proposé diverses questions dans le régime des maladies aiguës. Ils se sont d'abord demandé si l'abstinence est nécessaire dans certaines maladies. Cette question se réduit à rien, et tombe d'elle-même, aujourd'hui qu'il est démontré que toutes les boissons nourrissent, depuis l'eau pure jusqu'à celle qui est la plus chargée de principe animal. A quel temps doit-on donner de la nourriture au malade? Cette autre question, qui n'est pas plus solide que la première, a cependant partagé les médecins de l'antiquité, *Hippocrate*, *Asclépiade*, *Celse*, *Thémison* ; mais elle se résout d'elle-même, d'après ce que nous avons dit sur la qualité nutritive des boissons. Il faut donc, à quelque époque que ce soit d'une maladie, nourrir le malade en proportionnant sa nourriture à son état. Doit-on tenir compte de l'âge, du sexe, du tempérament, du climat, des habitudes de l'individu? Ces modifications doivent, je crois, apporter peu de change-

ment dans le régime. Une seule chose doit régler le praticien, c'est l'intensité du mal, et l'état des organes digestifs.

*Phlegmasie des membrane muqueuses.—Inflammation de l'estomac et des intestins grêles.* A cette phlegmasie se rattachent les maladies désignées sous les noms de *gastrite*, d'*entérite*, et particulièrement de *pyrexies* ou *fièvres*. Le régime est donc ici de la plus haute importance, non pas tant parce que ces affections forment la majeure partie des maladies aiguës que parce qu'elles ont leur siége dans l'organe lui-même de la digestion, découverte inapréciable qu'avaient entrevue divers observateurs, et notamment *Baglivi*, mais qu'il était réservé à M. *Broussais* de produire dans tout son éclat, et de rendre féconde en applications pathologiques et thérapeutiques.

Aussitôt qu'un malade se présente, annonçant par sa faiblesse, l'accélération du pouls, la rougeur du limbe de la langue, la chaleur âcre de la peau, la lassitude et les douleurs sympathiques des membres, la soif et l'inappétence, une irritation gastro-intestinale, le premier soin est de soustraire l'action de tous les stimulans. On seconde le traitement en fournissant à l'absorption un aliment liquide, proportionné à la violence de l'irritabilité gastrique, qui a le double avantage de réparer les pertes sans exiger de grands efforts digestifs, puis de rafraîchir la membrane muqueuse, rouge et desséchée. On peut donner une tisane d'orge, de gruau, de l'eau mêlée à l'acide du citron, du limon, de l'orange, qu'on peut aussi remplacer par le tartarique; des bouillons aux herbes, quelques légers bouillons de poulet ou de veau, mais avec réserve. Si l'inflammation est assez vive, on doit défendre rigoureusement les bouillons de nature animale, et se borner à de légères décoctions de pommes, de pruneaux, à l'eau chargée de gomme arabique, adragante, de sucre, ou d'un mucilage. La plupart du temps une méthode aussi simple enlève la maladie, et l'estomac redemande bientôt des alimens solides. Gardez-vous d'obéir à ses premiers désirs. L'irritation existe encore à un faible degré; les

alimens la rappelleraient. Attendez vingt-quatre heures, et commencez par donner de légers bouillons de poulet, de veau, peu chargés de gélatine; arrivez graduellement aux soupes, aux panades, aux vermicelles, aux riz, puis donnez avec confiance des légumes, de la volaille, du veau, du poisson léger, des œufs. Soyez lent à rendre à l'estomac les viandes fortes, osmazomées. Favorisez les premières digestions avec une limonade agréable, vineuse; elle est très-propre à calmer les chaleurs qu'amène le travail digestif; vous pourrez ensuite permettre sans crainte de bon vin vieux coupé avec de l'eau. Un tel régime ne tardera pas à amener un rétablissement prompt, durable, exempt de toute suite fâcheuse.

Le médecin n'est pas toujours assez heureux pour obtenir aussi facilement la solution de la maladie, soit parce qu'elle est excessivement grave de sa nature, soit parce qu'il est appelé trop tard, soit parce qu'après avoir cédé à un premier traitement, elle a été ramenée par un défaut de régime; ce qui rend la maladie bien redoutable, et l'espoir bien incertain. Le régime n'en doit être que plus rigoureux; et, sans imiter la médecine allemande, qui place auprès du lit du malade les alimens à côté des médicamens, il faut attaquer la maladie par les moyens convenables, et les seconder par une diète sévère, composée de boissons adoucissantes, de potions huileuses, gommeuses. Il faut ici proscrire avec sévérité les bouillons, même de veau ou de poulet, tout le temps que la fièvre est considérable; on peut les donner coupés et à de longs intervalles, lorsqu'elle commence à se calmer. Il arrive souvent, dans les cas dont nous parlons, qu'on ne peut arrêter la phlegmasie par aucun moyen. Il ne reste plus alors qu'à écarter tout ce qui pourrait augmenter la maladie, tous les modificateurs hygiéniques, les stimulans et les impressions morales vives, et placer son espoir dans une médecine entièrement antiphlogistique; des boissons gommeuses, sucrées, féculentes, données en petite quantité et souvent; des bouillons à l'oseille, de l'eau de framboises, de groseilles, etc., pour tempérer la soi. Combien de fois n'ai-je pas vu de ces phlegmasies gastro-intestinales dont un traite-

ment actif n'avait pu détruire la violence, ou qui s'étaient renouvelées par des fautes de régime, marcher pendant trente, quarante jours, épuiser le malade, se modérer enfin sous l'heureuse influence d'une diète adoucissante, et disparaître par son usage long-temps continué! Mais, pour obtenir un pareil triomphe, il faut que le médecin sache refuser avec une sévérité sans pitié les alimens aux sollicitations réitérées des malades. L'estomac, en effet, commence par se désenflammer; il appète les alimens; mais l'irritation, qui parcourt les parties inférieures du canal, se manifeste encore par des phénomènes fébriles. Si, n'écoutant que les désirs du malade, on accordait les alimens, combien on aurait à s'accuser de son indulgence! Rien ne pourrait plus arrêter la phlegmasie, qui conduirait sourdement le malade au tombeau. Le médecin qui suivra cette pratique n'aura jamais à se repentir de sa sévérité. Il jouira bientôt du spectacle le plus cher à son cœur, d'une convalescence si péniblement amenée qui va lui réclamer de nouveaux soins plus délicats encore que les premiers, mais plus doux et plus consolans. Oui, rien n'est aussi difficile que la conduite sage d'un convalescent après un traitement longuement antiphlogistique. Aussitôt donc qu'on s'aperçoit que la fièvre est presque entièrement calmée, et par l'état de la langue et de la peau, et par celui du pouls, on peut alors permettre de très-légers bouillons de veau et de poulet. S'ils sont digérés sans chaleur âcre, on les donne un peu plus forts le lendemain, et l'on arrive graduellement aux crèmes de riz, d'orge, à la bouillie, aux bouillons chargés de fécule, de semoule, de riz, de vermicelle, en n'oubliant jamais de porter son attention sur la langue et la chaleur du ventre, pour retrancher des alimens, si l'on s'aperçoit du retour de l'irritation. Enfin on parvient à pouvoir accorder quelque peu de pain avec des pruneaux, des gelées, des marmelades, des pommes ou poires cuites, bientôt des légumes, l'oseille, la chicorée, les épinards, les salsifis, de la volaille, du poisson, des œufs, soit brouillés, soit au lait, ou en omelette, puis des côtelettes de veau, de mouton, enfin insensiblement les viandes les plus osmazomées. Il ne faut pas trop

se hâter de permettre le vin aux convalescens. Pendant plusieurs jours on doit se borner à une eau sucrée, une limonade. Bientôt on rougira l'eau, et l'on augmentera successivement la dose du vin. Les meilleurs vins sont les vins rouges de Bordeaux, de Bourgogne et de Champagne. Il faut être très-réservé sur l'usage des vins sucrés de Malaga, d'Alicante, etc.

Nous avons tracé le régime de la forme d'inflammation gastrique la plus ordinaire, c'est-à-dire, celle qui se joint à la phlegmasie des intestins grêles, et que les auteurs ont appelée *fièvre*. Mais il en est une autre bornée plus spécialement à l'estomac, et résultant de l'action d'alimens de mauvaise nature, ou de substances âcres, corrosives ; c'est le plus haut degré de l'inflammation ; il est presque toujours avec vomissement, mêmes des liquides les plus doux. Cette forme de gastrite est bientot funeste, tant à cause de sa violence que parce que l'estomac refuse tout ce qui lui est offert. Il faut dans ce cas mettre souvent le malade dans un bain tiède, afin de favoriser l'absorption de l'eau. Du reste, lorsque les boissons peuvent être supportées, il faut se conduire comme nous venons de le dire.

Ce régime, dont on peut avec confiance espérer les plus grands succès dans les inflammations si fréquemment aiguës de l'estomac et des intestins grêles, les phlegmasies du gros intestin le réclament avec la même sévérité. Sans parler des dysenteries, qu'on attaque heureusement aujourd'hui par un traitement purement antiphlogistique, combien n'ai-je pas vu de diarrhées, je ne dis pas de quelques jours, de quelques semaines de durée, mais de plusieurs mois, céder à la soustraction complète des stimulans et à l'emploi d'un régime plus ou moins sévère ! La diète est un vrai spécifique contre cette maladie. Heureux le diarrhéique qui peut commander à son appétit ! il obtiendra bientôt pour récompense de ses privations une guérison prompte et solide.

Toutes les autres phlegmasies aiguës des membranes muqueuses, des yeux, de la bouche, du nez, des voies respiratoires, de la vessie, ont aussi dans le régime le plus puissant ennemi qui puisse les

combattre. C'est au médecin à proportionner la diète à la violence du mal.

*Inflammation des membranes séreuses et de la peau.* J'ai tracé avec assez de soin le régime des phlegmasies aiguës des membranes muqueuses pour n'avoir pas besoin d'y revenir ici. Le médecin voit assez quels avantages il promet dans les inflammations séreuses, la péritonite, la pleurésie, l'arachnitis, la péricardite, pour le modifier selon la nécessité. Qu'il soit sévère, et qu'il n'oublie jamais que dans la plupart des affections aiguës les alimens sont déposés dans un estomac surirrité. Qu'il appelle la diète à son secours avec une entière confiance dans les phlegmasies aiguës des articulations, le rhumatisme, un accès de goutte, dans celles de la peau, mais particulièrement la variole, la rougeole, la scarlatine, l'érysipèle. Toutes ces irritations cutanées sont répétées dans les voies digestives, et des fautes de régime amèneraient promptement des symptômes alarmans. Celui qui saura combiner sagement les moyens thérapeutiques avec le régime verra chaque jour s'agrandir devant lui la carrière de ses succès, et s'épargnera bien de ces maladies chroniques qui sont quelquefois autant la honte de l'art que le désespoir des médecins.

*Hémorrhagies.* Sans entrer dans les divisions qui ont été faites des hémorrhagies, je pense que le régime doit toujours être modifié d'après l'état de l'individu qui les éprouve. La diète doit, dans beaucoup de cas, être tempérante. Tout ce qui activerait le système sanguin ne pourrait qu'augmenter la maladie. *Tissot*, dans un mémoire couronné par l'académie de chirurgie, donne des règles bien sages au sujet des hémorrhagies chirurgicales, qui sont les seules qu'on doive appeler vraiment *passives*. M. le professeur *Pinel* donne aussi des idées saines sur le régime de la diathèse hémorrhagique. Si l'hémorrhagie se rencontre chez un sujet fort, vigoureux, on peut le réduire à l'eau unie aux acides végétaux pour toute nourriture. Tant que les forces conservent de l'énergie, dit M. *Broussais*, c'est des réfrigérans

qu'il faut attendre les meilleurs effets. ( Phleg. chroniq. ) Si les forces diminuent de plus en plus, on aura recours aux astringens, en même temps qu'on sera sévère sur le régime. Enfin, si l'épuisement commence et menace d'hydropisie, il faut nourrir et soutenir les forces avec des alimens gélatineux, gommeux, des mucoso-sucrés, des farineux, et un peu de vin. Si ce régime est sagement secondé par les astringens, les révulsifs, des pédiluves, des vésicatoires, des frictions, il manquera rarement de produire de bons effets. Une seule espèce d'hémorrhagie demande un régime tonique et restaurant; c'est celle qui dépend du scorbut.

*Du régime curatif des maladies chroniques.* Depuis *Hippocrate* jusqu'au siècle où nous vivons, le traitement des maladies chroniques fut peu connu, et les idées fausses qu'on se faisoit de leur nature amenèrent tour à tour des théories chimiques ou mécaniques qui, loin de fournir aux médecins des moyens thérapeutiques efficaces, devinrent souvent entre leurs mains des agens de destruction. Seulement, de siècle en siècle, parurent des observateurs profonds qui appelèrent l'attention des médecins sur le régime, comme moyen curatif de plusieurs maladies chroniques. Pourquoi n'a-t-on pas médité et fécondé les sages pensées de *Sydenham*, lorsqu'il nous dit? *Commodè ab ineunte ætate potatur aqua quâ hodiè longè major hominum pars sitim levat : inopiâ suâ feliciores sunt illi quàm nos nostrâ copiâ et luxu; testes appello ingens morborum agmen quo corpora nostra discruciantur.* Comment n'a-t-on pas été retenu dans la médecine diététique des anciens par ces observations de *Baglivi*, si fécondes en conséquences? *Animadvertes in praxi aliquos ægros fluxionibus et diuturnis morbis obnoxios quadragesimali tempore convalescere; paschate iterim ob esum carnium languescere. Observabis etiam quosdam morbos ab absoleto usu caulium, leguminum, olerum, piscium, aliorumque ciborum hujus modi evanescere, cibis verò boni succi exacerbari et crescere.* Grâces aux progrès des sciences, nous avons vu briller un rayon de lumière sur les maladies chroniques. Grâces en particulier à M. *Broussais*, qui nous a révélé dans son

immortel Traité des phlegmasies chroniques la raison des avantages que les observateurs ont toujours obtenus du régime pour leur traitement, et nous a donné la mesure de celui que la saine physiologie veut qu'on leur oppose. Mais hâtons-nous d'exposer les règles diététiques qui conviennent à chacune d'elles, et commençons par les phlegmasies chroniques des membranes muqueuses.

*Inflammation chronique des viscères digestifs.* Cette affection était naguère encore peu connue. Ses effets, confondus avec la faiblesse, se rangeaient dans les nosographies sous les noms divers de *fièvre lente nerveuse*, de *dyspepsie*, de *cardialgie*, d'*obstructions*, d'*hypochondrie*. Consultant seulement la faiblesse, le malaise, le défaut d'appétit ou ses variations bizarres, on prodiguait les toniques, et l'inflammation, loin de céder, conduisait le malade à la mort, en désorganisant ses viscères. « La peur d'affaiblir, dit M. *Broussais*, a coûté et coûtera long-temps encore la vie à bien des hommes : on ne meurt que très-rarement dans l'âge adulte par le simple défaut de forces, et l'on périt souvent parce qu'un organe est détruit par leur accumulation. Traçons rapidement le tableau des phlegmasies chroniques du canal digestif : nous voyons d'abord dans le dégré le plus élevé, tantôt primitif, tantôt consécutif à une inflammation aiguë, la rougeur de la langue, la chaleur aride de la peau, l'inappétence, la faiblesse, une petite fièvre avec exacerbation, surtout après l'ingestion d'alimens. Dans un second degré, tous ces symptômes existent, excepté la fièvre, et à une nuance plus légère. Dans un troisième, l'individu paraît bien portant; il a de l'embonpoint, de la fraîcheur; la langue même n'indique rien; seulement les digestions se font mal, développent de la chaleur, du malaise, des renvois acides, et tout rentre à peu près dans l'ordre lorsque les alimens sont entièrement digérés. Enfin il est une forme d'inflammation chronique de l'estomac, avec symptômes nerveux, que nous présente partout la société, et que les auteurs appellent *hypochondrie*. Sa nature a été d'autant plus long-temps méconnue, qu'elle se rencontre sou-

vent chez un sujet annonçant par son embonpoint et une coloration vermeille la santé la plus florissante; car un estomac phlogosé peut digérer parfaitement et fournir d'excellens matériaux nutritifs à l'économie.

Lors donc qu'un malheureux qui digère mal ou s'épuise sans aucun symptôme d'une autre irritation apparente vient réclamer les conseils de la médecine, il ne faut pas craindre de lui recommander le régime et de le lui faire entrevoir comme le seul moyen de guérison. Non-seulement l'usage du vin, des viandes, lui sera défendu; mais on lui retranchera même dans les premiers temps les alimens solides, pour ne le nourrir que d'eau chargée de mucilage, de gomme, de sucre, de crème de riz, d'orge, de gruau, de lait coupé avec moitié d'eau sucrée, de pommes, de poires, de pruneaux, de gelées, de marmelades de fruits; encore ces différentes substances ne seront-elles données qu'en très-petite quantité et graduellement. Si elles sont facilement digérées, on permettra des alimens plus nutritifs, des légumes, du poisson, un peu de volaille rôtie, dont on augmentera la dose par degrés, jusqu'à ce qu'on puisse rendre à l'estomac les alimens ordinaires. Ce n'est que sur la fin du traitement qu'on pourra permettre l'eau rougie et la bière coupée. On ne peut se dissimuler tout ce qu'une pareille méthode offre de difficultés, soit parce que la phlegmasie se montre rebelle, soit à cause de l'indocilité du malade; mais le succès est presque certain, si le malade et le médecin apportent tous deux beaucoup de constance, et surtout si la désorganisation n'a pas marqué la maladie au coin de l'incurabilité.

J'ai anticipé plus haut sur le traitement des dysenteries et diarrhées chroniques. Je n'y reviendrai pas.

*Inflammations des organes pulmonaires.* Parmi les autres phlegmasies muqueuses, celle des voies respiratoires demande sans contredit le plus d'attention; aussi beaucoup de médecins, et M. *Broussais* en particulier, se sont attachés à faire ressortir les avantages du régime pour sa guérison. A l'inflammation muqueuse des poumons qu'il me

soit permis de joindre ici celle du parenchyme pulmonaire, sanguine ou lymphatique, puisqu'elles réclament toutes les mêmes moyens. La première est infiniment moins difficile à détruire que la seconde; il suffit souvent de plusieurs jours de diète et de quelques boissons adoucissantes. Il n'en est pas ainsi de l'inflammation du parenchyme, surtout lorsqu'il s'y joint une irritation des vaisseaux lymphatiques. Lorsque le sujet n'est pas épuisé, qu'il existe beaucoup de toux, dureté et fréquence du pouls, vivacité de la douleur, on ne doit pas craindre de soumettre le malade à un régime aqueux, des solutions de gomme arabique, adragante, de mucilage de lin, de guimauve, des looks huileux, des émulsions, des potions avec des jaunes-d'œufs. C'est ici, surtout lorsque la chaleur commence à se calmer, qu'il convient d'employer le régime lacté et féculent. M. *Broussais* recommande de donner deux pintes de lait par jour avec deux ou trois onces de pain, pour toute nourriture, ou bien de la bouillie; il importe beaucoup, dit-il, que le malade souffre de la faim; c'est le meilleur moyen de rendre au système lymphatique toute son activité. Lorsque, par l'emploi long-temps continué de ce régime, on obtient peu d'amélioration, et que les forces baissent de jour en jour, il faut les soutenir avec de bons alimens, toujours pris parmi les féculens, les mucilagineux; en un mot, ceux qui sont peu capables d'activer le système sanguin.

*Catarrhe vésical.* Cette cruelle affection trouve aussi dans la diète un puissant moyen de guérison; elle en exige l'usage tout aussi impérieusement que la pneumonie.

*Phlegmasies chroniques séreuses.* Le régime est encore ici le seul moyen d'épargner les forces du malade, parce qu'il est plutôt rendu au calme et à l'apyrexie. Il se compose des mêmes moyens que ceux que nous avons énumérés plus haut. Ne pouvant donner ici un tableau de ces maladies, je renvoie à l'excellent traité des phlegmasies chroniques.

*Inflammations chroniques articulaires.* Il est peu de maladies sur lesquelles on ait émis des idées plus fausses que sur la goutte, et dont par conséquent le traitement ait plus varié; mais, quand même la connaissance de sa nature n'indiquerait pas le régime qui lui convient, il suffirait d'observer que cette affection se déclare dans l'âge le plus vigoureux chez les hommes les mieux constitués, chez ceux qui ont abusé des plaisirs de la table. Si nous interrogeons les goutteux, ils nous répondront que l'intempérance ramène leurs accès et les rend plus douloureux. En vain *Brown* a voulu ranger cette maladie au nombre des asthéniques, et prouver qu'on la combattait efficacement par le vin et les liqueurs spiritueuses; la saine physiologie déclare aux goutteux, en dépit du brownisme, qu'ils ne trouveront de repos et d'espoir de guérison que dans une vie sage et réglée, et surtout dans l'abondant usage d'une eau fraîche pour boisson. *Sydenham*, dont ils ne peuvent récuser l'autorité, leur crie en différens endroits de son Traité : *Primùm ea in cibo potuque mediocritas est observanda, ut neque plus alimenti ingeratur quàm ventriculus concoquere valeat.* Et ailleurs : *Diætâ lacte solo, sive crudo, sive cocto, exulantibus cæteris omnibus, profuit quàm plurimis, quamdiù ne latum unguem ab eâ discesserunt.* Ce que je viens de dire pour les goutteux est entièrement applicable aux rhumatisans.

*Phlegmasies cutanées.* Le régime obtient encore ici un triomphe éclatant, bien plus que les incisifs, les dépuratifs qu'on envoie dans les routes de la circulation fondre et dépurer les humeurs âcres et épaissies. Sans parler de l'influence qu'il exerce sur un si grand nombre d'estomacs, dont l'irritation morbide entretient et perpétue tant d'irritations cutanées, je trouve la raison de ses heureux effets dans le peu de matériaux nutritifs qu'il introduit dans l'économie. Qu'on ne croie donc pas guérir tous ces exanthèmes divers, ces teignes, ces dartres, ces gales anciennes, ces lèpres horribles, seulement avec des décoctions dépuratives, des jus de cresson et de cochléaria; tout ce traitement pharmaceutique échouera, si vous n'y joignez une nourri-

ture douce, légère et rafraîchissante. Défendez surtout l'usage du vin. L'eau seule opère ici plus de merveilles que tous les toniques, les dépuratifs tant prônés et tant de fois funestes.

*Névroses.* Jetons un coup-d'œil sur le régime des névroses, et nous verrons encore que ce n'est ni par les baumes, ni les élixirs, ni les essences, ni les teintures qu'on peut les guérir. Quel remède opposer à ces mélancolies, ces vertiges, ces convulsions, ces cauchemars, ces hystéries, ces nymphomanies, ces satyriasis, ces hypochondries, ces migraines, ces toux nerveuses, ces asthmes convulsifs, ces palpitations, ces vomissemens nerveux, etc, leur nature, leur fréquence au milieu des grandes villes, parmi les gens du monde, leur absence au village, indiquent assez leur traitement. *Pomme*, *Lorry*, *Tronchin* avaient trouvé le véritable secret en prônant l'efficacité du régime; car, outre que la plupart de ces névropathies ont leur source dans la souffrance d'un viscère irrité, on sait combien une nourriture douce est puissante pour calmer l'irritabilité nerveuse. Écoutons à ce sujet l'immortel *Baglivi;* il nous donne encore le consolant espoir de guérir en suivant les lois de l'hygiène : *Et licet talium hominum morbi primo aspectu perniciosi et incurabiles videantur, sanari tamen solent facilè non quidem per nimiam remediorum copiam, sed aut per grata amicorum colloquia, aut per honesta ruris oblectamenta, aut tandem per vivendi normam à sagaci medico institutam.* On me verra donc encore ici prôner les crèmes, les œufs frais, les légumes herbacés, les viandes douces et fraîches, les fruits bien mûrs. Le lait a obtenu de grands succès. *Sydenham* le donnait, et s'en applaudit. *Mulieres aliquot affectibus hystericis conflictatæ etiam iis qui omnes medicorum conatus spreverant eluserantque, tandem lacte solo aliquandiù vescentes convaluêre.*

Le même régime convient dans ces horribles douleurs connues sous le nom de *névralgies.* «Celui qui souffre, dit l'éloquent *Antoine Petit*, doit être peu nourri, surtout si la douleur n'a que de courts intervalles de repos; car la digestion s'opère mal alors; la nature, tout

entière à la douleur, semble assez occupée par le soin de la soutenir et de la combattre. Donnez peu d'alimens à la fois. Choisissez-les de préférence parmi les végétaux; leur usage soutenu émousse la sensibilité. »

*Scrophules.* Les anciens, voyant dans les scrophules des *humeurs* à *corriger*, une *lymphe épaissie* à *fluidifier*, et partout des *couloirs* à *désobstruer*, ont été conduits naturellement à recommander pour leur guérison une diète humectante capable de fournir un chyle léger, ténu, propre à *désopiler* les *glandes*, à *diviser* la *lymphe grossière*, et à *émousser l'activité* des sels qu'elle contient. Ils ont donc célébré les bouillons de veau, de poulet, de grenouilles, le petit-lait, l'eau pure de fontaine, la laitue, le pourpier, les épinards, la chicorée, les poissons de rivière, les coquillacés, la volaille, et les fruits bien mûrs de toute espèce. Laissant leur théorie à ceux qui voudront s'en contenter, mettons à profit les résultats de leur expérience, et n'en cherchons l'explication que dans les effets de l'absorption, qui, d'après les lois toujours identiques de la nature, puise des matériaux pour l'entretien de la vie, au sein même de nos tissus. Disons-le ici en passant, la faim est le moyen le plus énergique de la médecine pour rétablir l'ordre et l'harmonie dans les concentrations morbides d'action sur quelque point que ce soit de l'économie.

On prévoit sans peine quelle conclusion je vais tirer de ce principe pour la cure du cancer. Sans vouloir sonder ici la nature de cette terrible maladie, il est facile de voir dans le squirrhe une augmentation d'action organique des vaisseaux blancs de la partie malade, et dans l'ulcération qui survient au squirrhe l'addition d'une irritation sanguine. On ne doit plus s'étonner que l'observation, toujours indépendante des théories, ait prouvé l'efficacité d'une nourriture légère dans le cancer. *Tissot* bannit du régime des cancéreux les viandes noires, fumées, épicées, le beurre, le fromage, les fritures, les farineux non fermentés, les choux, les fruits acerbes. Il conseille au contraire les bouillons de viandes fraîches avec la laitue, la bourra-

che, la chicorée, les légumes aqueux, les cucurbitacés, les fruits bien mûrs, le lait de beurre, le lait frais écrémé, coupé avec l'eau d'orge, le petit-lait. On sait que *Pouteau* ne connaissait pas d'autre remède au cancer que l'eau, qu'il appelait son spécifique; il l'opposait à toutes ses périodes, et plus d'une fois il en retira de grands avantages.

*Siphilis.* Le régime est ici plus nécessaire qu'on ne pense. Combien de gens ont péri ou prolongent malheureusement leurs souffrances pour avoir dédaigné de s'astreindre à un genre de vie sévère! Sans parler de sa nécessité dans les blennorrhagies et tous les cas d'inflammation vive, croit-on qu'on peut impunément se gorger d'alimens et de vin pendant un traitement par les frictions, et surtout par le deuto-chlorure de mercure? Je pourrais m'appuyer encore de l'autorité de *Sydenham;* mais tout le monde sent assez l'importance de l'hygiène dans une maladie qui souvent, après avoir résisté à tous les moyens, n'a cédé qu'à un régime sévère et soutenu.

*Obstacles à la circulation.* Je ne rappellerai pas ici tout le parti qu'on peut tirer de la diète pour le traitement des anévrismes. L'expérience a prononcé depuis long-temps en faveur du traitement de *Valsalva.* Tous les praticiens savent comment, par le repos le plus absolu, des saignées et une abstinence prolongée, il réduisait les malades à une faiblesse excessive, puis recommençait à les nourrir progressivement. Un pareil moyen, sans doute, n'amenera pas toujours la guérison; mais il peut long-temps retarder la mort, et rendre les souffrances moins pénibles aux malheureux qui y sont condamnés.

*Hydropisies.* J'ai réservé pour la fin les hydropisies, parce qu'elles forment le passage des affections qui demandent une nourriture douce et légère à celles qui réclament des alimens toniques et restaurans. Les hydropisies dont un régime doux favorise la curation sont celles qui reconnaissent pour causes, 1.° un obstacle au cours du sang; 2.° celles qui dépendent d'une irritation chronique du canal

digestif, du foie, de la rate, des reins, des poumons, des ovaires ; 3.° celles qui suivent l'abus des minéraux ; 4.° les hydropisies qui ont leur origine dans l'inflammation chronique des membranes séreuses ; 5.° toutes les hydropisies enfin, quelle que soit leur cause, qui s'accompagnent d'une irritation gastrique ou autre reconnaissable à un léger mouvement fébrile et un peu de chaleur âcre. On doit, dans ces différens cas, en même temps qu'on met en usage les moyens thérapeutiques appropriés à leur nature, interdire toute nourriture excitante. On aura recours aux boissons mucilagineuses, gommeuses, nitrées, aux bouillons légers de veau ou de poulet avec l'oseille, la chicorée. On donnera pour alimens les végétaux frais, le lait, enfin toutes les substances douces que nous avons tant de fois énumérées.

Avant de passer aux hydropisies qui demandent une nourriture tonique, disons un mot du régime stimulant.

Le régime stimulant, que *Brown*, dans son délire, voulait appliquer à toutes nos maladies comme une véritable panacée, ne peut convenir qu'au cas de débilité simple et primitive.

La médecine ne doit avoir d'autre but sans doute que de ranimer, conserver les forces, en un mot, rétablir la santé ; mais croit-on raisonnablement augmenter sa vigueur en prodiguant les stimulans de toute nature à celui qui porte au dedans de lui-même un foyer d'irritation qui le mine et le consume ? Et cependant qu'on y pense bien, c'est la cause presque universelle de nos souffrances, et rien n'est peut-être plus rare qu'une débilité primitive et sans complication ; comment concevoir, en effet, que l'équilibre puisse se déranger sans qu'il en résulte diminution d'action dans un point, augmentation dans un autre. Il existe cependant, et l'on ne peut se refuser à l'admettre, des cas où l'économie tout entière pèche par défaut de forces, où la vie est partout au-dessous de son rhythme naturel. Ne croyez pas pour cela que les concentrations ne soient plus possibles dans cet état morbide ; l'équilibre n'en est que plus facile à détruire, et l'irritation s'y trouve partout à côté de la faiblesse.

Parcourons donc les différens états où la nature réclame avec

raison les excitans; nous n'en apercevons que trois principaux, à qui leur durée peut mériter, à proprement parler, le nom de *maladies :* les *hydropisies*, le *scorbut* et la *chlorose*. Les autres ne sont que des résultats presque momentanés de l'action débilitante des modificateurs hygiéniques; nous les passerons en revue.

*Hydropisies*. Parmi les hydropisies qui exigent un régime tonique on trouve, 1.° celles qui sont dues quelquefois à de l'eau bue avec excès; 2.° celles qui arrivent subitement chez un sujet faible, à la suite d'une suppression de l'exhalation cutanée, d'un exanthème, d'une hémorrhagie; 3.° celles qui dépendent du défaut d'action des absorbans, sans augmentation de celle des exhalans, comme quelques ascites; 4.° les hydropisies qui reconnaissent pour cause une spoliation subite de sang par des hémorrhagies, des évacuations abondantes; 5.° enfin celles qui sont produites par une mauvaise nourriture et la privation long-temps continuée de la lumière. Tous ces cas d'hydropisies, s'ils ne sont pas accompagnés d'irritation fébrile, céderont facilement à de bons alimens, à un vin généreux.

*Scorbut*. Il n'a pas dans le régime tonique un ennemi moins puissant que les hydropisies, lorsqu'il est sans irritation viscérale. On sait avec quel succès admirable on donne aux scorbutiques des alimens restaurans tirés des viandes fraîches, des végétaux, surtout ceux qui contiennent un principe volatil, comme les crucifères. Mais il faut toujours craindre d'outre-passer la mesure d'excitation; et si la chaleur fébrile venait avertir de l'existence d'une irritation gastrique, comme on l'observe dans le scorbut appelé *chaud* par les auteurs, on n'a d'autre moyen à y apporter qu'un régime doux et humectant.

*Chlorose*. La chlorose, qui n'est pas une maladie particulière aux femmes, et qui peut dépendre de toute fièvre hectique causée par une irritation chronique, est quelquefois aussi le simple résultat de la

pauvreté du système sanguin. C'est dans ce cas qu'on peut prodiguer les toniques, sans cependant cesser d'avoir égard aux viscères digestifs.

Jetons maintenant un coup-d'œil rapide sur tous les modificateurs débilitans qui nous entourent ou qui sont au-dedans de nous-mêmes.

*Circumfusa.* L'air chaud et sec produit d'abord de l'irritation ; il débilite ensuite. L'air froid et sec débilite, mais bientôt il développe une réaction. L'air chaud et humide est essentiellement débilitant; mais, comme l'air froid et humide, il jette l'économie dans un état de langueur générale, qui ne dure pas long-temps sans être suivie d'irritations viscérales. Les gaz irrespirables, seulement par défaut d'oxygène, produisent une débilitation réelle qui demande les stimulans. Il n'en est pas de même des gaz délétères, ils irritent en même temps qu'ils jettent l'économie dans la prostration.

*Ingesta.* La plupart du temps les mauvais alimens produisent une irritation gastrique ; mais il est possible que la débilité pure et simple en soit le résultat, comme le prouve le scorbut. Il est aussi certains cas où une mauvaise nourriture peut amener un état de débilité de l'estomac, où les vomitifs et les toniques légers conviennent. On le reconnaît à l'absence des signes d'irritation, au sentiment d'un poids avec distension et refroidissement de l'estomac, mais surtout aux mauvais effets des alimens crus et rafraîchissans. Enfin du défaut absolu d'alimens il résulte une grande débilité, au sein de laquelle se développe bientôt une réaction terrible, si on n'y remédie de bonne heure.

*Gesta.* L'exercice poussé à l'excès épuise considérablement les forces; mais il ne faut pas oublier que l'irritabilité de l'estomac en est souvent augmentée, et qu'il faut dans ces cas être très-réservé sur la quantité des alimens et leur qualité trop stimulante. Le repos est ici un remède souverain.

*Percepta.* Les passions tristes, en jetant l'économie dans la langueur et l'abattement, vont presque toujours retentir dans les viscères pour y concentrer l'excitabilité. Dans les excès vénériens et la masturbation, la délibilité se trouve encore placée à côté de l'irritation. Ces passions violentes centralisent considérablement les forces. Sous leur influence le cœur devient anévrismal; une congestion sanguine s'établit dans les poumons, le cerveau; le centre gastrique devient le siége d'une sensation pénible, douloureuse.

Je n'ai rien à dire des *applicata*, ni des *excreta* et *retenta.*

Il est un autre état de faiblesse: c'est celui qui résulte des maladies, ou la convalescence, état qui se lie de bien près encore à l'irritation. On voit donc, par tout ce que nous venons de dire, que, si les excitans peuvent devenir dans des mains prudentes des agens médicinaux précieux, bien plus souvent ils amènent après eux de funestes effets, lorsque c'est l'inexpérience qui les donne.

*Du régime conservateur de la santé*, ou *de la tempérance.*

J'ai terminé ce que j'avois à dire sur l'emploi du régime dans les maladies; qu'il me soit permis, pour compléter son histoire, de hasarder quelques réflexions sur son application à l'homme en santé.

De quelque côté que nous arrêtions les yeux dans l'histoire des peuples anciens et modernes, nous voyons partout la tempérance devenir l'objet des codes des plus grands législateurs, de la méditation des philosophes, et des conseils des médecins. Nous rencontrons Moïse proscrivant plusieurs espèces de viandes aux Hébreux; Lycurgue n'accordant que le brouet et la sauce noire aux Spartiates assis à des tables communes. Nous voyons Pythagore, Plotin, Porphyre et Jamblique, ses disciples, cherchant à ramener les goûts de l'homme à la nourriture végétale; Cyrus, élevé à l'école des mages, étonnant son siècle par la sévérité de ses mœurs, et restreignant ses Perses à l'eau pure, au pain uni au simple *cardamon;* enfin, dans des temps plus modernes, Mahomet défendant le vin aux peuples qui embrassent sa

religion. En remontant avec les siècles à l'origine de la médecine, toujours nous la voyons donner aux hommes des leçons de sobriété par la voix d'*Hippocrate*, de *Celse*, de *Galien*, de *Rhazès*, d'*Avicenne*, d'*Arnaud-de-Villeneuve*, de *Lommius*, de *Rivière*, d *Sydenham*, de *Baglivi*, de *Stahl*, de *Lorry*, *de Tissot*, pour ne citer que les plus célèbres; enfin par celle des médecins hygiénistes de nos jours. La philosophie avait démontré aux premiers, la physiologie aux autres, et l'observation à tous, que la tempérance était le plus puissant moyen pour former et maintenir la morale d'un peuple, comme le plus ferme soutien de la vigueur et de la santé. Essayons de prouver ces deux points.

*De la tempérance, considérée sous le rapport physique de l'homme.*

Si la nature n'avait mis des limites à notre développement, on ne se serait pas tant attaché à rappeler l'homme à la sobriété, et mille autres avant *Brown* auraient pu concevoir l'idée de centupler les forces au moyen des toniques. Mais nous n'avons reçu qu'une certaine somme de vitalité; c'est à nous, si nous voulons maintenir une harmonie constante dans nos fonctions, à tenir l'excitabilité vitale répartie entre tous nos organes. Nous ne pouvons la concentrer sur un point sans priver les autres d'une force qui leur est nécessaire. C'est ainsi que l'homme tempérant, en évitant la cause la plus énergique d'excitation, se met à l'abri de mille maux qui tourmentent au sein même de ses plaisirs celui qui se livre aux jouissances de la table.

La débauche est l'écueil de la santé. *Intemperantia medicorum nutrix*, dit le proverbe. Combien de malheureux ont précipité dans la tombe avant l'âge, et ces phlegmasies aiguës viscérales, et cette innombrable cohorte d'affections organiques, enfans de l'intempérance et des plaisirs! *Si homo parùm edit, et parùm bibit, nullum hoc morbum inducit*, dit *Hippocrate*. Veut-on des exemples pour appuyer cette sentence du père de la médecine? ils se présentent en foule.

Citerai-je les femmes et les enfans dont le nombre des maladies, si l'on en retranche celui qu'amènent nécessairement leur état et leur organisation, est de beaucoup inférieur à celui qui attaque les hommes? Citerai-je la différence de gravité des affections de l'un et l'autre sexe? Rappellerai-je la vie sage et toujours exempte de maladies des nombreux sectateurs de Pythagore? Où puiserai-je les exemples de longévité? c'est encore les hommes tempérans par caractère ou par vertu qui les fournissent. Nous les trouvons dans *Moïse*, *Hippocrate*, *Galien*, *Zénophile*, *Solon*, *Xénophon*, *Diogène*; parmi ces vertueux cénobites du désert, les Paul, les Antoine, les Arsène, fuyant la pompe des cours; les saint Jean, les saint Jérôme, les saint Luc; au milieu des bonzes, des fakirs, des brachmanes voués à l'abstinence et à la méditation. Combien d'autres ne pourrions-nous pas citer! et *Thomas Parre* et *Barthole*, et le fameux *Cornaro*, qui à 35 ans, épuisé par tous les genres de débauche, et près de passer des souffrances au tombeau, se soumit, par le conseil des médecins, à un régime sévère, et parvint, en pesant chaque jour ses alimens, à prolonger sa carrière au-delà de cent ans, exempt d'infirmités, et dans le calme de la philosophie.

Je suis loin de conclure de tous ces faits que les hommes devraient s'astreindre à la sobriété des anachorètes de la Thébaïde; j'en veux seulement tirer cette conséquence, qu'il faut pour notre nutrition moins de matériaux qu'on ne l'imagine, et que la majeure partie de la nourriture que nous prenons n'est rendue par tous les sécréteurs que parce que l'économie se trouve surchargée. Or, je le demande, est-ce sans aucun inconvénient qu'on force ainsi les organes à une dépense d'action inutile? Non, sans doute; aussi je pense qu'une quantité d'alimens médiocre, pris même parmi les végétaux, peut donner et entretenir la vigueur, si nos organes la digèrent et l'assimilent presque entièrement. Une pareille proposition peut paraître un paradoxe. Mais qu'on jette les yeux sur les peuples anciens et modernes, sur les Spartiates, sur les Perses au temps de Cyrus, les Macédoniens sous Alexandre, les Romains sous Romulus et Numa, les Arabes de

nos temps modernes, les montagnards de l'Auvergne et de la Savoie, l'on verra ces différens peuples, élevés dans la sobriété, les privations même, faisant leur nourriture de végétaux, joindre la force au courage. Qu'on regarde les habitans des campagnes; ils ne se nourrissent que de pain, de légumes et d'eau; et cependant ils sont robustes et résistent aux plus grandes fatigues. Enfin, comme le dit M. *Fouquier*, les Anglais, les Français, les Allemands, celles des nations de l'Europe qui mangent davantage de substances animales, le cèdent en vigueur aux peuples de la Suède et de la Norwége. Ces observations, et beaucoup d'autres démontrent incontestablement l'influence du régime sur la force, la santé, et la longévité des hommes. Prouvons qu'il en exerce une non moins réelle sur leurs qualités morales.

*De la tempérance, considérée sous le rapport moral de l'homme.*

L'étroite liaison qui règne entre les viscères gastriques et l'organe cérébral est trop connue pour être aujourd'hui contestée. C'est dans cette union sympathique qu'il faut chercher des règles diététiques, et trouver l'explication d'un grand nombre de faits. Lorsque l'homme surcharge son estomac d'alimens, il devient incapable de penser. Le feu de son imagination naguère riante s'assoupit, s'éteint jusqu'à ce que son ventre débarrassé rende à son cerveau toute sa liberté. Jamais les grands mangeurs n'ont été des penseurs profonds. Voyez tous ces hommes dont le génie arracha ses secrets à la nature, étonna l'univers par de glorieuses entreprises, d'inappréciables services, ils ne connurent pas ces jouissances si chères à la gastronomie. Ce ne fut jamais au milieu d'un somptueux festin qu'ils rêvèrent le bien de l'humanité, une utile découverte. Alexandre, Cyrus, étaient sobres à la tête de leurs armées. Solon, Lycurgue, Platon, pratiquaient la tempérance en cherchant à la faire aimer. Archimède, traçant ses figures géométriques, oubliait les besoins les plus impérieux de la nature. Newton vivait de pain et de peu de vin lorsqu'il écrivait son Optique.

La Grange ne connut jamais l'usage des spiritueux. On ne trouve pas moins de sobriété parmi les philosophes et les littérateurs dont les ouvrages, pleins de pensées fortes et vigoureuses, n'ont pu être conçues que dans l'indépendance du cerveau. Le poëte lui-même, d'après le conseil d'Horace, doit renoncer à Bacchus, à Vénus. On sait que Virgile, Pascal, Descartes, Montaigne, Rousseau, Racine, etc., se firent toujours une loi de la tempérance, et c'est peut-être à cette vertu qu'ils dûrent ces productions du génie qu'on admirera si long-temps. Sans accumuler les exemples, disons que la nature manquerait à ses lois en réunissant le génie avec l'amour de la table et des plaisirs. Toujours une, toujours simple, elle ne peut déployer toutes ses forces dans les autres organes sans les soustraire au cerveau. Ainsi qu'on n'aille pas chercher les talens supérieurs sous ces masses épaisses de graisse et de chairs, chez ces lourds Vitellius, qui ne vivent et ne jouissent que par leur estomac : vous ne les trouverez que chez ces hommes sobres, d'une constitution faible en apparence, auxquels la nature semble avoir refusé la matière en refoulant chez eux la vie à l'intérieur. Quelle chaleur de sentiment ils cachent, quelle profondeur d'imagination !

Une vie sage, régulière, se lie encore à la moralité des hommes.

« Puisque le régime influe sur la manière d'agir des organes, il doit en effet encore influer sur leur manière de sentir; et puisqu'il influe sur le caractère des sensations, il est évidemment impossible qu'il n'influe pas sur celui des idées et des penchans. » (*Cabanis.*)

Celui qui s'adonne aux plaisirs de la table s'isole et ramasse au-dedans de lui-même toutes ses affections. Étranger à la société, il n'en est plus citoyen; il ne lui demande plus de jouissances, elles sont toutes en lui. L'homme sobre, au contraire, loin de concentrer sa sensibilité, la rend plus vive en la disséminant dans tout son être. Il ne vit que par ce qui l'affecte, et demande des sensations à tout ce qui l'entoure; aussi est-il aimant, compatissant, généreux, désintéressé.

L'intempérance traîne souvent après elle la débauche, les crimes,

la cruauté. Témoins ces Vitellius, ces Galba, ces Néron, ces Caligula, ces Héliogabale, ces Commodes, horribles assemblages de vices et de férocité, qui se faisaient un dégoûtant plaisir d'engloutir dans un seul repas la fortune de tant de malheureux dépouillés, et d'avoir dans le *syrmaïsme*, lorsqu'ils s'étaient gorgés d'alimens, un nouveau moyen d'en dévorer encore. Heureusement les exemples de pareils monstres sont peu nombreux, et l'on est consolé de pouvoir leur opposer les Curius, les Caton, les Trajan, les Vespasien, les Marc-Aurèle, les Sévère, les Titus, qui tous puisèrent dans une sage sobriété les vertus qui font les bons citoyens et les rois chers aux nations.

Avant de terminer cet essai, trop long sans doute pour le lecteur, jetons un dernier regard sur les circonstances de la vie qui modifient l'homme, et par conséquent le régime, l'âge, le sexe, les tempéramens, les professions, les climats, les saisons.

*Age.* Que l'on se garde de vouloir aider la nature dans l'enfance par tous ces moyens décorés du titre pompeux de *fortifians*. Elle est assez puissante, et ne demande que la liberté et le calme pour hâter le développement de son élève.

La bouillante adolescence, l'âge des grands changemens, des passions naissantes, demande aussi un régime doux et rafraîchissant.

Que l'âge viril n'espère pas se permettre les excès impunément. La sensibilité s'exalte ici facilement. Les viscères souffrent lentement, et leur souffrance amène mille phénomènes nerveux.

La vieillesse a des organes moins faciles à remuer : chez elle la sensibilité s'éteint et permet quelquefois qu'on la ranime; mais il faut toujours veiller avec soin à l'emploi des toniques. Les sympathies usées nous avertissent difficilement du désordre de l'économie.

*Sexe.* Un régime tonique est moins funeste à l'homme qu'à la femme; elle est tellement irritable, qu'il faut toujours redouter chez elle le développement des réactions sympathiques.

*Tempéramens.* La prédominance du tempérament lymphatique admet seule les toniques sans danger; l'athlétique, peu sensible, vivant peu dans les viscères, les permet avec mesure; le sanguin les supporte; mais le nerveux, et le bilieux surtout, les repoussent avec sévérité.

*Professions.* Les hommes qui vivent dans l'étude ou le repos doivent fuir un régime trop restaurant: ils dépensent peu, et la sensibilité chez eux est souvent exaltée. Accordez avec moins de modération des alimens forts, abondans, à ceux qui s'exercent beaucoup et font une grande dépense de forces.

*Climats, saisons.* Ils modifient l'homme de la même manière. L'habitant des régions septentrionales peut souvent, sans danger, farcir son estomac de vin et de viandes. La chaleur développe, au contraire, une irritabilité extrême chez le méridional, et ce n'est pas sans raison que la nature a partout répandu autour de lui les productions rafraîchissantes.

Les moyens propres à seconder le régime sont toutes les règles de l'hygiène, mais dont nous ne pouvons ici nous occuper. Depuis longtemps l'on a recommandé l'exercice après le repas, pour imprimer à tous nos viscères des mouvemens, des ballottemens. Sans examiner si cette action mécanique est bien conforme à la saine physiologie, je pense que l'exercice, quel qu'il soit, tend à troubler la direction des forces vitales vers l'estomac. Lorsque diverses fonctions se croisent dans notre économie, elles s'exécutent imparfaitement. Le repos est donc, selon moi, favorable à l'action digestive, surtout au sortir de la table. Le laborieux habitant des campagnes va chercher, après son repas, le calme dans la méridienne; le voluptueux Italien commence et finit sa digestion dans cette *siesta* qui pour lui a tant de charmes. Le sauvage de l'Amérique prend son seul repas après le coucher du soleil, s'endort jusqu'au lendemain, et ne se réveille que pour recom-

mencer sa chasse. Mon but n'est pas de recommander le sommeil après l'ingestion des alimens, mais bien le repos, qui, je crois, est préférable à l'exercice, utile seulement à la fin de la digestion pour hâter l'absorption des produits digestifs, par l'activité qu'il communique à tous les sécréteurs.

Si l'homme donc veut traverser de nombreuses années, exempt des infirmités ordinaires à ses semblables, qu'il se soumette à un régime sage et constant, qu'il le seconde par toutes les règles de l'hygiène, qu'il évite l'intempérie de l'air et des saisons, qu'il se vêtisse commodément, qu'il règle et modère toutes ses actions, qu'il sache commander à ses passions, et surtout qu'il se fasse une loi de la modération dans les plaisirs de l'amour; elle n'est pas moins que la tempérance nécessaire à la conservation de la santé : « *Hæc si quis moderetur sapienter, diù vivet, et rarò egebit medico.* » Baglivi.

## HIPPOCRATIS APHORISMI.

### I.

Vita brevis, ars longa, occasio præceps, experimentum periculosum judicium, difficile. Neque verò satis est ad ea quæ facto opus sunt, præsto esse, sed et ægrum, et eos qui præsentes sunt, et res externas ad id probè comparatas esse oportet. *Sect.* 1, *aph.* 1.

### II.

Per æstatem et autumnum cibos gravissimè ferunt, per hyemem facillimè : ver post hyemem secundum locum obtinet. *Ibid.*, *aph.* 18.

### III.

Attenuata longo temporis intervallo corpora lentè reficere oportet; at quæ brevi, celeriter. *Sect.* 2, *aph.* 7.

### IV.

Ubi copiosior præter naturam cibus ingestus fuerit, id morbum creat. *Ibid.*, *aph.* 17.

### V.

Si cui ex morbo cibum probè sumenti corpus nihil proficit, malum. *Ibid.*, *aph.* 31.

### VI.

Cùm duo labores simul minimè eundem locum occupant, vehementior obscurat alterum. *Ibid.*, *aph.* 46.